

NOUVELLE ORGANISATION DE PILATES à partir d'Août 2018 !

Notre formation Pilates est faite pour les passionnés et les professionnels qui recherchent une formation complète. Que vous soyez Kinésithérapeute, Coach personnel, Préparateur physique, Professeur de danse, Ostéopathe, Educateur sportif, vous trouverez dans cette formation un programme adapté à chacun de vos patients ou clients.

Nous acceptons aussi ceux qui ont déjà une formation et qui veulent continuer à se former avec un ou plusieurs modules de votre choix.

Pourquoi choisir Fit Studio ?

- **L'école d'Eva Winskill**, Fit Studio est une école renommée en France qui est connue pour sa rigueur et son professionnalisme également entourée d'une équipe de professeurs et de formateurs diplômés, compétents et expérimentés.

- **Fit Studio** vous organise des week-ends de pratique entre vos stages de formation pour enseigner, s'entraîner, résoudre des problèmes face à un certain type de clientèle et observer.

- **Fit Studio** vous apporte une méthode pédagogique pour développer votre méthode de travail face à votre public et de pouvoir vous y adapter et ainsi vous mener vers un niveau de maîtrise pour vous préparer à devenir un professeur de Pilates compétent.

Nous espérons vous voir très bientôt participer à l'une de nos formations qui se déroulent à Ramatuelle, à Paris mais aussi dans toute la France selon le nombre de participants et vous communiquer la joie de donner des cours de Pilates.

MAXIMUM 6 personnes dans les formations

sauf Dos et Posture, Sénior Prenatal et Dos/Posture 15 personnes

Matwork Total 122h (plus les heures pratique et observation conseillé de 200h) qui inclut Fundamental, Répertoire d'Origine, One to One, Petit Equipement, Dos et Posture, Anatomie et Physiologie, 2 week-end pratique, observation et enseignements, 10h cours Privés sur les appareils

Master 206h (plus les heures pratique et observation conseillé de 400h) qui inclut Matwork plus Reformer, Cadillac, Wunda Chair, Barrel plus 1 week end en plus de pratique, observation et enseignements.

RAMATUELLE : Le Loft Pilates, 162 rue du Colombier, 83 350 Ramatuelle

| | |
|---------------------------------------------------|----------------------|
| Reformer Cadillac | 1 du 24 au 26 Aout |
| Fundamental et Petit Equipement | du 11 au 14 Octobre |
| Reformer Cadillac 2 et Spine Corrector | du 16 au 18 Novembre |
| Anatomie et Physiologie | 24, 25 Novembre |
| Pratique, Observation et Enseignement | 15, 16 Décembre |
| Reformer Cadillac 3 et Wunda Chair | du 7 au 10 Février |
| Répertoire d'Origine et One to One | du 14 au 17 Février |
| Pratique, Observation et Enseignement Equipements | 16, 17 Mars |
| Pratique, Observation et Enseignement | 13, 14 Avril |
| Senior et Prenatal | 3 Mai |
| Dos et Posture | 4, 5 Mai |
| Examen | 8 Mai |



PARIS : WE Pilates, Villa Mequillet, 92 200 Neuilly

| | |
|---------------------------------------------------|---------------------|
| Fundamental ET Petit Equipement | du 19 au 23 Octobre |
| Reformer Cadillac 1 | du 26 au 28 Octobre |
| Répertoire d'Origine et One to One | du 1 au 4 Novembre |
| Reformer Cadillac 2 et Spine Corrector | du 7 au 9 Décembre |
| Pratique, Observation et Enseignement | 12, 13 Janvier |
| Pratique, Observation et Enseignement Equipements | 6, 7 Avril |
| Pratique, Observation et Enseignement | 27, 28 Avril |



TOULOUSE : Body Pilates

| | |
|----------------------------------------|--------------------|
| Reformer Cadillac 2 et Spine Corrector | du 2 au 4 Novembre |
| Reformer Cadillac 3 et Wunda Chair | du 4 au 6 Janvier |

FIT STUDIO - LE LOFT

162 rue du Colombier ■ 83350 Ramatuelle

T. +33(0)6 08 71 72 81 ■ Mail. fitstudio@wanadoo.fr ■ Site. www.fitstudio.net

«Encore bravo pour tous tes conseils, de tous les profs que j'ai rencontré tu es vraiment sur le podium. Elise de Lyon »

« Je tiens à vous remercier toutes les deux pour la formation du week-end dernier. Je sens que plein de petits détails ont évolués et sont en cours d'évolution dans ma pédagogie, et je me régale. Donc simplement M'ERCI à vous deux. A très bientôt ! Julie de Paris »

« Juste un petit message pour te remercier, j'ai passé un week-end très enrichissant et qui m'a convaincu que j'avais fait le bon choix pour ma reconversion et ma vie à venir. Un grand merci à Laura pour tout. A très bientôt, Delphine de Toulon »

« Un petit mot pour te dire que j'ai retrouvé ma Normandie sous la grisaille, mais le coeur et le corps ensoleillé d'avoir partager ce stage dans un si bel endroit. Merci pour tout ce que tu m'apportes, et la motivation que tu me donnes dans le travail. Viviane »



MOTR est beaucoup plus qu'un roller. Combine la technique Pilates avec «le Core Training, la force, l'équilibre et les exercices de massage d'un foam roller. MOTR est un excellent complément au Pilates, Personal Training, Réhabilitation...



BODHI est un outil parfait pour un travail debout, d'équilibre et de stabilisation. Excellent pour les professeurs de Pilates et Personal Trainers. Désigné avec quatre points de suspension, facile d'ajuster les poignets et avec des cordes dynamiques.

CONTACTEZ-NOUS POUR LES FORMATIONS CHEZ VOUS.